

3月のイベント予定



月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
	今福デイに今福小学校の2年生があそびにきてくれます。しんぼりデイの皆様も一緒に交流会に参加してくださいませ。		今福小学校交流会		陳皮 (みかんの皮) 湯の日	お休み
7	8	9	10	11	12	13
	カフェ陽だまり					お休み
あたたかい日、お昼からドライブに出かけましょう☆						
14	15	16	17	18	19	20
☆3月のお誕生日会☆						お休み
21	22	23	24	25	26	27
		カフェ陽だまり		おやつ作り		お休み
28	29	30	31	2月より癒しのルーキー♪碓石(さこいし)さんが今福デイのスタッフとして仲間に加わりました♪皆様よろしくおねがいします		
音楽療法						

☆都合によりイベント予定内容を変更する場合があります。



2月初めにゆず湯をしました。

脱衣所までひろがる柚子の香りに、とっても癒されました♪
そして、3月3日の節分では、落花生を鬼にむかって投げました。

「鬼は外、福は内～」

鬼はそっちのけで、落花生を味わっている方々も ちらほらと・・・
立春もすぎ、春らしい日差しが窓からさしこむ日もふえてきました。

3月は、あたたかい日に、ドライブレクリエーションを企画しています★

そして、陳皮(みかんの皮)湯もおこなう予定です★

みかんの皮風呂には、色々な効果効能が期待されるんだって★



ビタミンA、ビタミンC・・・美肌効果
クエン酸・・・体のにおいを消す効果、疲れを取る効果
リモネン・・・保温効果

